

President Toomas Hendrik Ilves pani meeste tervise konverentsi avades kõigile südamele, et meeste tervis on tõsine teema ning me oleme veel kaugel neist näitajaist, mida arenenud maailmas, ja eeskätt Euroopa Liidus normaalseks peetakse.

President Ilvese hinnangul ei saa me ülemäära uhkust tunda meeste keskmise oodatava eluea ega ka tervelt elatud aastate hulga üle, kuigi viimaste andmete järgi on olukord siiski paranenud ja keskmine Eesti poisslaps peaks praeguse seisuga elama keskmiselt veidi üle 70 aasta.

Eesti mehe keskmise eluea pikenemise taga on vähenenud suremus, eriti aga õnnetusjuhtumitest tingitud surmade arvu vähenemine. „Noori mehi saab meil vähem hukka ja see rõõmustab,“ nentis president Ilves.

Eesti riigipea rõhutas, et iga mees peaks alates 40ndast eluaastast vähemalt kord aastas käima perearsti juures ning iga paari-kolme aasta järel tasuks läbi teha põhjalikum tervisekontroll.

President Ilves tõdes, et suures osas on tervis enda teha ja mees peab võtma ses osas vastutuse. „Eesti meest vaevavad elustiili hädad, mistõttu väheneb ka eluiga,“ sõnas president Ilves.

„Füüsiline koormus ja toidusedeli jälgimine näivad ebamugavad ja tülikad vaid alguses. Kõik, kes sellega kord, kas vabatahtlikult või arsti või abikaasa sunnil kord on tegelema hakanud, harjuvad sellega ära ning kingivad koos sellega nii iseendale kui oma lähedastele pikema elu,“ ütles Eesti riigipea.

„Ja pole vaja väita, et aega ei jätku,“ lisas president Ilves. „See ei vasta lihtsalt tõele. Kui USA president Barack Obama, tõenäoliselt maailma kõige pingelisema ja kurnavama ajagraafiku alusel töötav inimene leiab alati tunni päevas spordi tegemiseks, siis järelkult saavad sellega hakkama ka kõik teised. Küsimus on vaid meie igaühe eelistustes. Ja miski pole tähtsam kui see, et iga hommik su allesjäänud elus algaks hea ja terve tundega. Sellest algab kõik ülejäänud.“

President Ilvese kõnet saab lugeda [siit](#) .

Vabariigi Presidendi Kantselei
avalike suhete osakond
tel 631 6229